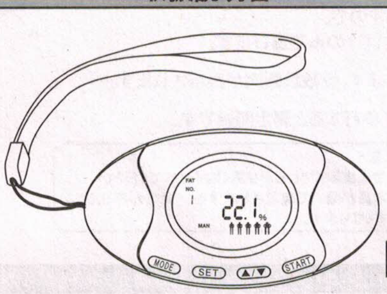
体脂肪計付歩数計

取扱説明書

Y-2005/No.73478

機　能

- 時計
- アラーム
- 体脂肪計
- 歩数計

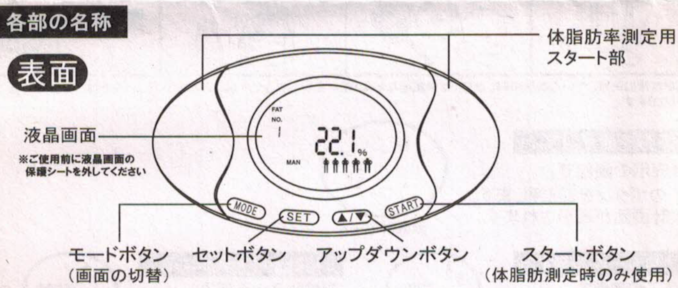


ご使用前に液晶画面の保護シートを外してください

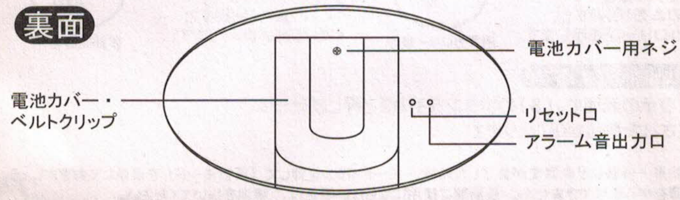
この度はお買い上げいただきまして、誠にありがとうございます。
この取扱説明書には操作方法、使用上の注意などが記載されています。
ご使用前に必ずお読みになり、正しくお取り扱いください。
警告・禁止・注意事項を必ず守り、お読みになった後は、
大切に保管してください。

1. 各部の名称

表面



裏面



2. 仕様・その他

商品サイズ：本体/約90×20×50mm
　　　　　　ストラップ長さ/約160mm
重　　量：約40g
材　　質：ABS樹脂
歩数検出方法：振子式
使用電池：ボタン電池CR2025（3V）×1個（別売）
生産国：中国製
セット内容：本体、ストラップ、
　　　　　　ボタン電池×1（テスト用）

※付属電池はテスト用のため消耗していることがあります。
ご使用前には新しい電池を購入してください。

入力範囲	
体　　重	10 ～ 250kg
身　　長	90 ～ 240cm
年　　齢	10 ～ 99 才
性　　別	男 / 女
歩　　幅	30 ～ 180cm
登録人数	5 人分

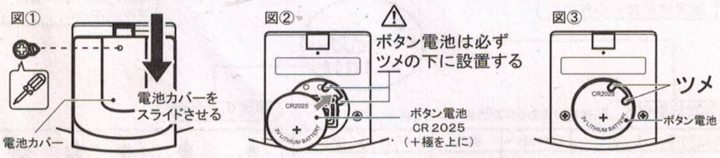
表示範囲	
体脂肪率	5% ～ 50%（0.1%単位）
歩　　数	0 ～ 99999 歩
距　　離	0 ～ 99.999km
消費カロリー	0 ～ 9999.9kcal
時　　計	12 時間（PM のみ表示）・24 時間
アラーム	アラーム ON・OFF

3. 電池のお取り替えについて

- 付属の電池はテスト用のため消耗していることがあります。ご使用前には新しい電池を購入してください。
- 電池が消耗しますと表示が見にくくなります。画面の色が薄くなったら速やかに電池を交換してください。
- 使用電池は、ボタン電池 CR2025（3V）です。
- 精密ドライバーはお客様でご準備ください。

電池の交換方法

本体裏の電池カバーのネジを精密+ドライバー（＃1）を使って外します。
電池カバーを矢印の方向にスライドさせて外します。(参照:図①)
古い電池を取り出します。
新しい電池を+極側を上に向けて、必ずツメの下に電池が入るように
セットしてください。(参照:図②)
電池を完全にセットしたら、電池カバーを閉じます。(参照:図③)
電池カバーのネジを精密+ドライバーを使って
軽く締めます。※締めすぎには、ご注意ください。



警告

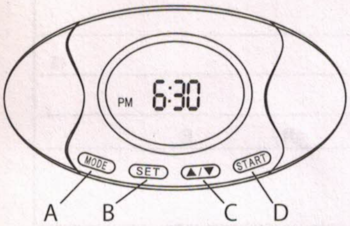
- 逆装填、充電、ショート、加熱、火中投入、分解、異なる種類（電池系、大きさなど）の電池の混用、新しい電池と使用した電池の混用などをしないこと。
- ボタン電池は誤って飲み込む恐れがあるので、電池は幼児の手の届かないところに置くこと。万一飲み込んだ場合には、直ちに医師に連絡し指示を受けること。
- 小さな部品を使用しています。誤飲の危険がありますので、乳幼児に与えたり、手の届く所に置かないでください。

4. 操作方法

※初めてご使用になる際は、電池カバーから出ている絶縁テープを取り外してください。付属のテスト用電池がセットされています。
（付属の電池は、テスト用のため消耗していることがあります。
新しい電池［ボタン電池CR2025（3V）×1個］をご購入ください。）

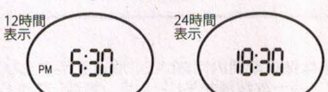
1. 時計を合わせる

電池を入れると時計モードになり「0:00」が表示されます。
画面に貼ってある、保護シートを外してください。



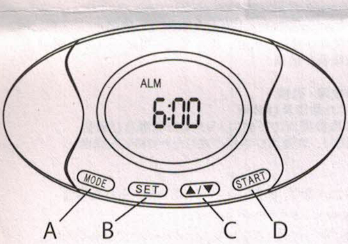
時計の設定方法
（B）を3秒長押し、「時」が点滅。
（C）で、「時」を合わせる。
（B）を押し、「時」が決定。「分」が点滅。
（C）で、「分」を合わせる。
（B）を押し、「分」が決定。設定完了。

（C）の▲で、時間表示切り替え



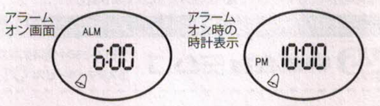
2. アラームをセットする

時間が表示されている時に、(MODE) モードボタンを 1 回押すとアラームモードになります。



アラーム（ALM）の設定方法
（B）を3秒長押し、「時」が点滅。
（C）で、「時」を合わせる。
（B）を押し、「時」を決定。「分」が点滅。
（C）で、「分」を合わせる。
（B）を押し、「分」を決定。設定完了。

（C）の▲でオン・オフ切り替え
※オンの時は、🔔が表示されます。



- アラームの内容表示は約30秒で自動的に時計表示に変わります。
- アラーム音は、約 1 分間鳴ります。
- アラーム音をとめるには、いずれかのボタンを押してください。

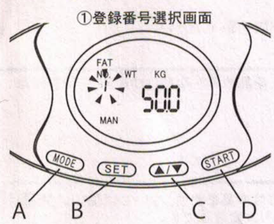
3. 体脂肪率と歩数計測定のための情報を入力する

登録人数：1～5人

ご注意：各項目は約30秒以内に入力してください。時間内に入力できなかった場合は、自動的に「① 登録番号選択」画面に戻り、FAT No. が点滅します。戻った場合は、再度入力してください。

時計表示の画面で（A）を2回押すと、情報入力画面になり、FAT No.の数字が点滅します。

①登録番号選択画面





②体重入力画面



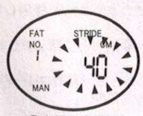
③身長入力画面



④年齢入力画面



⑤性別入力画面



⑥歩幅入力画面

情報の入力方法
（C）の▲で任意No.を選びます。
（B）を３秒ほど押し続けて下さい。

「体重」の数字が点滅します。
（C）▲/▼を使って「体重」を入力。
（B）を押し、「体重」を決定。

「身長」の数字が点滅します。
（C）▲/▼を使って「身長」を入力。
（B）を押し、「身長」を決定。

「年齢」の数字が点滅します。
（C）▲/▼を使って「年齢」を入力。
（B）を押し、「年齢」を決定。

「性別 MAN」が点滅します。
（C）▲/▼を使って「性別」を選択。
（B）を押し、「性別」を決定。

「歩幅」の数字が点滅します。
（C）▲/▼を使って「歩幅」を選択。
（B）を押し、「歩幅」を決定。
※歩幅とは、「つま先からつま先までの長さ」です。

設定完了。

※情報入力の変更は、上記の手順で行ってください。

2人目以降の情報を入力する場合

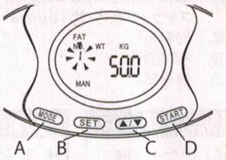
2人目以降の情報入力は、未登録のFAT No.を選び、入力を同様に行ってください。

5. 測定方法

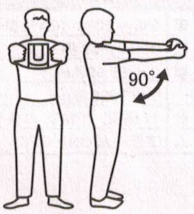
※測定するには、4ページで情報入力を行ってください。時計表示の画面で（A）を2回押すと、情報入力画面になり、FAT No.が点滅します。

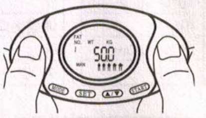
1. 体脂肪率を測定する

登録FAT No.を（C）の▲で選びます。
（D）を押すと測定開始です。
下記の正しい姿勢で測定してください。

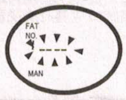


【正しい姿勢】
足を少し開いて立ち、
腕は体と90°になるような角度にしてください。

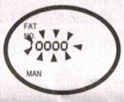




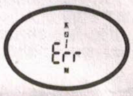
両手の親指を押し付ける



測定までの表示



測定中の表示



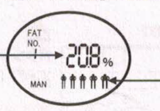
エラー表示

測定時のご注意
- （START）スタートボタンを押したら、約3秒以内に測定してください。時間内に測定できない場合はエラー（Err）表示されます。再度測定する場合は、エラー表示の状態でスタートボタンを押してください。
- 指は適度に湿った状態で測定してください。乾燥した指では正しい測定ができない場合があります。
- 両親指は、しっかりと「体脂肪率測定用のスタート部」に押し付けて握ってください。
- 次のような体勢で測定すると、正しい測定ができない場合があります。
  ・測定中に指や腕、または身体を動かす・寝たままの状態や座ったままの状態

約5秒後に測定結果の「体脂肪率判定」と「肥満タイプ判定」が画面に表示されます。

ご注意：体脂肪率の測定結果を登録しておく機能はありません。

測定結果表示のみかた



体脂肪率判定（体重に占める体脂肪量の割合を表示します。）

体脂肪率(%)	低い	やや低い	標準	やや高い	高い
男性	5～9.9	10～14.4	14.5～24.9	25～34.9	35～50
女性	5～9.9	10～19.9	20～29.9	30～34.9	35～50

※5.0%以下、50%以上の場合は計測不能によりエラー表示となります。

肥満タイプ判定



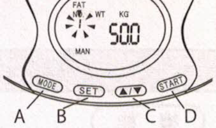
痩せている	やや痩せている	標準	やや肥満	肥満

左から右へ肥満度が増す事を表しています。
（※あくまでも目安です。ご了承ください。）

2. 歩数計を使って測定する

歩数を測る

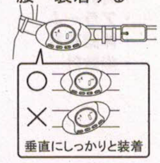
時計表示の画面で、（A）のボタンを2回押します。
登録FAT No.が点滅しますので、
ご自分の登録FAT No.を（C）の▲で選びます。



（A）のボタンを1回押します。歩数計画面が表示されます。

腰に図のように装着して歩行すると測定開始です。

腰へ装着する



ベルトクリップ装着時のご注意
- ベルトクリップは差し込んで止まるまでしっかり深く取り付けてください。
- 取り付けが浅かったり、本品が傾いて装着されますと、測定が不正確になったり、外れて落ちやすくなります。

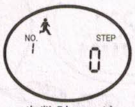
歩数測定時のご注意：次のような歩行の場合には、大きな誤差が生じる事があります。ご注意ください。

1. スリ足のような歩き方（ススッ）	2. サンダル・ぞうりなどの履物での歩行	3. 人混みの中を歩く時などの歩行の乱れ	4. 急斜面や階段の昇り降り
5. 勢いよく立ったり、座ったりする動作（スック！）	6. スポーツなど過激な運動	7. 本品を腰以外に装着した場合や傾けた状態で装着した	8. 静電気の影響により、使用中にカウント表示が「0」に戻る事があります。

※空気が非常に乾燥している状態の時、衣類（化学繊維など）の組み合わせによって起こる摩擦が激しい場合は、静電気が起こりやすくなります。

歩数を表示する

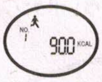
時計表示の画面で、
（A）のボタンを3回押します。
歩数計画面が表示されます。



歩数計モード

消費カロリーを表示する

歩数表示の画面で、
（C）の▲を1回押すと、
消費カロリーが表示します。



消費カロリー表示

移動距離を表示する

歩数表示の画面で、
（C）の▲を2回押すと、
移動距離が表示します。



移動距離表示

数値を0にする

歩数表示の画面で、（B）のボタンを3秒ほど押し続けます。
測定された数値が0になります。

体脂肪率・歩数などの測定が終了した時は、モードボタンを押して「時計モード」を表示しておきましょう。
※電源を切る事はできません。長期間ご使用にならない場合は、電池を抜いてください。

6. お手入れ方法

- 表面が汚れた場合は、水で濡らした硬くしぼった軟らかい布で汚れを拭き取ってください。拭き取った後は陰干しして完全に乾かしてください。化学薬品や洗剤などで拭かないでください。また水洗いはしないでください
- シンナー・ベンジン・スプレー式クリーナー類では絶対に拭かないでください。

7. ご使用上の注意

ご使用の際には当取扱注意書をよくお読みいただき、安全に正しくお取り扱いください。

⚠警告

- 当取扱注意書に従わなかった場合、お客様の不注意により発生した商品故障・事故につきましては弊社は責任を負いかねますので予めご了承ください。
- 目的以外の使用はおやめください。
- 保管・使用に限らず、本品を火気に近づけないでください。

⚠危険

- 妊娠中の方・ペースメーカーなど体内植入型医用電子機器装着の方は本品を使用しないでください。本品は微弱な電流を体内に流します。体内機器の誤動作をまねく恐れがあり大変危険です。

⚠注意

- 本品は、一般家庭用に開発された商品です。トレーニングセンターや業務用などとしては絶対に使用しないでください。
- 体や手が濡れている状態で測定しないでください。
- 測定結果は自己判断しないでください。自己判断は健康を害する恐れがあります。必ず医師、または専門家の指示に従ってください。
- 電池を交換しますと測定されたデータは失われます。
- 電池交換の際は古い電池を使用しないでください。
- 電池は＋ －（プラスマイナス）を正しくセットしてください。
- 本品を勝手に修理・分解・改造しないでください。分解すると精度や機能が低下したり、故障の原因となりますので絶対に分解しないでください。
- 本品を乱暴に取り扱わないでください。落としたり強い衝撃を与えた場合、計器の故障の原因となり、正確な測定ができなくなります。
- 雨や水に濡らさないでください。本品は防滴構造ではありません。濡れた時は、乾いた布でよく拭いてください。
- 表面が汚れた場合は、水で濡らした硬くしぼった軟らかい布で汚れを拭き取ってください。拭き取った後は陰干しして完全に乾かしてください。化学薬品や洗剤などで拭かないでください。また水洗いはしないでください
- お子様やペットの手の届かない場所に保管してください。
- 屋外での放置、直射日光または浴室などの湿気の高い場所でのご使用・保管はお止めください。
- 使用後は直射日光のあたらない換気のよい場所で、十分乾燥させたうえ冷所で保管してください。
- 液体の中に入れたり高温の場所に保管しないでください。
- 上記内容を無視して誤った取扱いでのケガ・本品の破損・故障・事故などに関しましては、弊社は一切の責任を負いかねます。

※本製品は、ある一定の期間中の身体の体脂肪や歩行距離から算出した消費カロリーを計測するものですが、あくまでも参考資料であり、絶対的な数値ではありません。ご了承ください。

＊破棄の際はお住まいのルールに従ってください。

■本品の体脂肪率測定方法について

本品は、生体インピーダンス法と、ボディ・マス・インデックス指数を組み合わせて体脂肪率を計測しています。
測定時の状況（時間帯・体勢・体調など）により体脂肪率が変動することがあります。
測定結果はあくまでも目安です。ご了承ください。

●生体インピーダンス法
「脂肪はほとんど電気を通さないが筋肉や水分は電気を通しやすい」という性質を利用して、体に微弱な電流を流し電気抵抗を測ることにより、体脂肪率を推定する方法。

●ボディ・マス・インデックス指数
「体格指数」ともいい、体重と身長のバランスをチェックして、外見的な肥満度を調べる指数。
計算式は、体重(kg) ÷ 身長$(m)^2$。

Y-2005

保証書

機種名	No.73478 体脂肪計付歩数計（Y-2005）	
保証期間	ご購入日（受取日）より6ヶ月	
お客様	ご住所 〒□□□-□□□□	
	氏名	様
	電話番号 （　　　）	
ご購入日（商品受取日）	年　月　日	
故障状況		

※保証書にご購入日（商品到着日）をご記入ください。

本証は保証期間内において、取扱説明書及び注意書に基づいてご使用頂いたにもかかわらず、万一故障等が生じた場合、無償にて修理、もしくは交換をお約束するものです。

1. 保証期間中に取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書による正常なご使用状態で、保証期間中に故障した場合には、商品と本証をご提示のうえ、当社へお問い合わせください。
2. 保証期間中の故障等、アフターサービスについてご不明の場合は、当社までご相談ください。
3. 保証期間内であっても下記の理由、またはこれに準ずる理由により生じた事故等については、本証は適応されません。有料対応になります。
   ① 取扱説明書と異なるご使用による故障及び破損
   ② 取扱説明書に記載してある「警告及び注意」事項を守らなかったために生じた事故及び破損
   ③ 火災、地震、風水害、ガス害、落雷、その他天災地変及び公害、塩害、異常電圧、指定以外の使用電源（電圧、周波数）、その他の外部要因による故障及び損傷
   ④ 落下や輸送上による故障、破損
   ⑤ 一般家庭用以外（業務用等）にご使用された場合の故障・破損
   ⑥ 使用上の誤りや不当な修理、改造、分解等により生じた故障及び破損
   ⑦ ご使用後のキズ、変色、汚れ、お手入れ及び保管や取扱場所の不備により生じた故障及び破損
   ⑧ 当社が検品した際に明らかに誤使用、事故が原因となり、故障及び破損が生じたと判断した場合
   ⑨ 上記①～⑧に準ずる理由にて生じた故障及び破損
   ⑩ 本証の提示がない場合
   ⑪ 本証にご購入（受取）年月日やご氏名などの記入がない場合、あるいは字句を書き換えられた場合
4. 本証は、日本国内においてのみ有効です。This warranty is valid only in Japan.

上記「保証期間中」に故障が発生した場合は、製品と本書をご用意いただき、下記お問合せ窓口（弊社CSセンター）までご連絡ください。
- 所定記入が空白のままですと、本書は有効になりません。
- 本書は再発行いたしませんので紛失しないように大切に保管してください。

■万一、不明な点や異常な箇所がありましたら、下記までご連絡ください。

365 MIMUGO 株式会社ミムゴ
〒811-2304 福岡県糟屋郡粕屋町仲原2841-5　TEL:092-622-0009
カスタマーサービス: 0120-515-380（平日 AM10:00～PM5:00）

【保証書にご記入頂きました個人情報の取扱いについて】
お客様にご記入頂きました保証書記載の個人情報（お名前・ご住所・お電話番号）は、保証期間内のサービスの目的にのみ利用させて頂きます。これらの情報は、お客様に明示した利用目的の範囲を超えて利用することはございません。また、原則として弊社以外の第三者（修理委託先は除く）に開示または提供もいたしません。

※改良のため予告無しに仕様を変更する場合があります。また、本書の図、画像が異なる場合があります。
※本書で指示されている内容には必ず従ってください。本書に記載されている内容を無視した行為や誤った操作によって生じた障害および損害については、弊社は責任を負いかねますので、ご了承ください。お取り扱いには充分ご注意ください。

201702